

Actu > Pays de la Loire > Vendée > [La Roche-sur-Yon](#)

Des stages pour explorer l'art de l'improvisation, à La Roche-sur-Yon

La jeune troupe Auguste et compagnie ne se contente pas des spectacles qu'elle a créés ces dernières années. Elle propose un parcours annuel d'improvisation théâtrale.



Seb Haméon animera, en alternance avec Agathe Daniaud, 30 séances d'initiation au théâtre d'impro à La Goutte de lait ©Le Journal du pays yonnais

Par [Rédaction La Roche-sur-Yon](#)

Publié le 9 sept. 2026 à 7h05

Les spectateurs arrivent les uns après les autres. Ils sont invités à noter sur un papier une expression, une maxime ou un simple mot, puis ils le mélangent dans un grand chapeau. Celui qui est tiré au sort **guidera l'inspiration des acteurs, improvisant un scénario** dans une saynète créée instantanément. Bienvenue au Théâtre d'impro !

Seb Haméon, l'un des **six artistes** qui assurent régulièrement cette performance, avait d'abord entamé une carrière de banquier. Il y a six ans, il s'est inscrit dans un atelier d'impro.

Quand j'y ai goûté, cela m'a tellement pris aux tripes que je n'en suis toujours pas sorti.

Seb Haméon, artiste

Certes, il a obtenu les premiers **prix du public et du jury** au festival des Souffleurs qui s'est tenu au mois de juillet 2026 aux Sables-d'Olonne, en présentant un sketch de 10 minutes extrait du seul-en-scène qu'il est en train d'écrire.

Mais s'éloigner un temps de ce qui vous passionne le plus permet parfois de mieux y revenir. La preuve : **ces stages de formation au théâtre d'impro** qu'il animera, en alternance, avec **Agathe Daniaud**, sur 30 séances, tout au long de la saison.

Avant tout, savoir lâcher prise

« Le théâtre d'impro peut se jouer en *long form*, sur 1 heure, voire plus, en créant une histoire de A à Z, à partir d'un personnage, d'un lieu, d'événements ou d'un *à la façon de*, fournis par les spectateurs. La version que nous utiliserons, c'est la *short form*, qui peut durer de 30 secondes à 15-20 minutes », explique Seb Haméon.

La formation commencera par une initiation aux techniques théâtrales.

Apprendre à se déplacer dans l'espace, à jouer avec le regard, à poser sa voix, à savoir écouter, à respecter les silences, à travailler sa présence scénique, à s'articuler aux autres, etc.

Seb Haméon, comédien

Puis viendra rapidement **la préparation à l'impro** proprement dite. « Ce que nous recherchons, au-delà de la formation théâtrale, c'est d'aider les stagiaires à retrouver en eux cette capacité à construire une histoire à partir de trois fois rien, comme ils le faisaient quand ils étaient enfants. C'est un vrai lâcher-prise que nous attendons d'eux. »

Bien sûr, les deux acteurs seront là pour transmettre les astuces et les habiletés que leur propre expérience leur a apprises. Des comédiens invités animeront deux masterclasses, et les **stagiaires se produiront à la fin** en présence de spectateurs dans trois cabarets-spectacles.

Une jeune compagnie

Ces stages sont organisés par la troupe Auguste et compagnie, créée en 2024 par l'humoriste vendéenne [Angie Degrolard](#), autrice du seul-en-scène *Je Reppe*, rendant hommage à Pierre Repp, inventeur de l'art de la bafouille, mais aussi *Jongler avec les mots* et *ABC Devos*, spectacles plongeant dans l'univers singulier et poétique de Raymond Devos, à destination du public respectivement adulte et enfant.

L'improvisation théâtrale est une nouvelle corde à l'arc de cette jeune compagnie qui, de décembre 2025 à juin 2026, a déjà animé des cabarets dînatoires au restaurant Le P'tit Marais, à La Roche-sur-Yon.

À lire aussi

[A La Roche-sur-Yon, Auguste et compagnie se lance dans le cabaret d'improvisation](#)

Les six artistes professionnels qui s'y produisaient, à tour de rôle (à raison de trois sur scène chaque soir), proposent aujourd'hui des prestations chez les particuliers pour un anniversaire, un mariage ou une rencontre entre amis :

« Cela se passe dans un jardin quand la saison le permet, mais aussi dans un salon. C'est étonnant la place que l'on peut faire quand on pousse les meubles », constate Seb Haméon.

Pour l'heure, rendez-vous est donné **mercredi 23 septembre 2026** pour une séance d'essai. Il reste des places pour les ados.

Stages d'impro : 290 € pour les adultes et 240 € pour les ados payables en 1, 3 ou 10 fois qui se dérouleront sans la salle de la Goutte de Lait situés au 68 rue Général de Castelnau à La Roche-sur-Yon. Site : auguste-compagnie.fr. Email : auguste.impro@gmail.com, 06 33 67 47 98.

Personnalisez votre actualité en ajoutant vos villes et médias en favori avec [Mon Actu](#).